



## **PRL en Labores de Limpieza**

## Objetivos

- Adquirir la capacidad de prever los riesgos en el trabajo y determinar acciones preventivas y/o de protección a la salud, minimizando de esta forma los factores de riesgo.
- Conocer los principios generales para la protección de la seguridad y de la salud, la eliminación o disminución de los riesgos derivados del trabajo, la información, la consulta, la participación equilibrada y la formación en materia preventiva.
- Conocer en un sentido amplio y práctico la prevención de riesgos laborales en el sector de la limpieza de edificios y locales.
- Profundizar en los riesgos generales y específicos relacionados con la actividad profesional del sector limpieza.
- Indicar al trabajador o trabajadora las medidas de prevención concretas que debe llevar a cabo para evitar o minimizar los posibles riesgos laborales.
- Incidir en los riesgos específicos de los trabajos de limpieza y sus medidas preventivas: en altura, en espacios confinados y en la vía pública.
- Formar en otras competencias que permitan afrontar situaciones de emergencia o de incendio.
- Conocer las nociones básicas de primeros auxilios.

## Contenido

### **MODULO 1: INTRODUCCIÓN A LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**

#### **1. Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo**

- 1.1. El trabajo y la salud.
- 1.2. La Prevención de Riesgos Laborales.
- 1.3. Técnicas preventivas.
- 1.4. Normativa existente en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- 1.5. Principios de la acción preventiva.
- 1.6. La evaluación de riesgos.
- 1.7. Rango a respetar en la toma de medidas preventivas.
- 1.8. Riesgo laboral grave e inminente.
- 1.9. Medidas de protección colectiva y equipos de protección individual.
- 1.10. Señalización de seguridad.
- 1.11. Derechos y obligaciones del empresario en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- 1.12. Derechos y obligaciones de los trabajadores en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- 1.13. Responsabilidad y sanciones en materia de Prevención de Riesgos Laborales.
- 1.14. Control de la salud de los trabajadores.

#### **2. Riesgos generales y medidas para su prevención**

- 2.1. Espacios y lugares de trabajo.
- 2.2. Almacenamiento y transporte.
- 2.3. Manipulación manual de cargas.
- 2.4. Electricidad.
- 2.5. Herramientas manuales.
- 2.6. Máquinas y equipos de trabajo.
- 2.7. Contaminantes químicos.
- 2.8. Contaminantes físicos: ruido, vibraciones y temperatura.
- 2.9. Carga de trabajo, fatiga e insatisfacción laboral.

#### **3. Organización de la prevención en la empresa**

- 3.1. Diferentes modalidades de organización preventiva.
  - 3.2. Órganos de participación.
-

- 3.3. Órganos públicos relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.
- 3.4. Documentación de prevención.

#### **4. Normas básicas en caso de actuación en emergencias y evacuación**

- 4.1. Actuación en caso de incendios: clases de fuego y medidas para la prevención de incendios.
- 4.2. Actuación en caso de evacuación.
- 4.3. Actuación en caso de accidentes: Primeros Auxilios.

### **MODULO 2: PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LIMPIEZA**

#### **1. Lugares de Trabajo**

- 1.1. Conceptos básicos.
- 1.2. Medidas preventivas.
- 1.3. Condiciones de los lugares de trabajo.
- 1.4. Señalización.
- 1.5. Lugares de trabajo en sector limpieza.

#### **2. Equipos de Trabajo**

- 2.1. Equipos de trabajo.
- 2.2. Normas de prevención básicas.
- 2.3. Herramientas manuales.
- 2.4. Máquinas.
- 2.5. Equipos de trabajo en el sector limpieza.

#### **3. Orden y Limpieza**

- 3.1. Introducción.
- 3.2. Riesgos principales derivados de la falta de orden y limpieza.
- 3.3. Medidas de prevención y protección.
- 3.4. Orden y limpieza en el sector limpieza.

#### **4. Manipulación Manual de Cargas**

- 4.1. Conceptos básicos.
- 4.2. Medidas preventivas.
- 4.3. Método de manipulación manual de cargas (INSHT).
- 4.4. Criterios de referencia.
- 4.5. Manipulación manual de cargas en limpieza.

#### **5. Higiene Postural**

- 5.1. Higiene postural.
- 5.2. Posturas de trabajo.
- 5.3. Movimientos repetitivos.
- 5.4. Posturas forzadas en limpieza.

#### **6. Trabajos de Limpieza**

- 6.1. En altura
    - 6.1.1. Escaleras manuales
      - 6.1.1.1. Conceptos básicos.
      - 6.1.1.2. Medidas de prevención.
    - 6.1.2. Plataformas elevadoras.
    - 6.1.3. Góndolas.
    - 6.1.4. Trabajos en altura en sector limpieza.
  - 6.2. En espacios confinados.
-

- 6.2.1. Espacios confinados.
- 6.2.2. Limpieza de espacios confinados.
- 6.3. Limpieza viaria.

## **7. Riesgo Eléctrico**

- 7.1. Conceptos básicos.
- 7.2. Normas básicas de seguridad frente al riesgo eléctrico.
- 7.3. Riesgo eléctrico en limpieza.

## **8. Riesgo Biológico**

- 8.1. Definición y clasificación de agentes biológicos.
- 8.2. Trabajadores especialmente expuestos a riesgos biológicos.
- 8.3. Medidas preventivas frente al riesgo biológico.
- 8.4. Protocolos de actuación en accidentes con riesgo biológico.
- 8.5. Riesgo biológico en trabajos de limpieza.

## **9. Manipulación y Almacenamiento de Productos Químicos**

- 9.1. Definición y características.
- 9.2. Clasificación e identificación de sustancias químicas peligrosas.
- 9.3. Almacenamiento de sustancias químicas.
- 9.4. Manipulación de productos químicos.
- 9.5. Nuevo reglamento CLP sobre clasificación, etiquetado y envasado de productos químicos.
- 9.6. Productos químicos en el sector limpieza.

## **10. Riesgos Psicosociales**

- 10.1. Conceptos básicos.
- 10.2. Factores que influyen en la aparición de los riesgos psicosociales.
- 10.3. Medidas preventivas generales.
- 10.4. Patologías derivadas de los factores psicosociales.

## **11. Emergencia y Evacuación**

- 11.1. Introducción.
- 11.2. Plan de emergencia y evacuación.
- 11.3. Protocolos de actuación ante situaciones de emergencias.
- 11.4. Emergencias y evacuación en limpieza.

## **12. Extinción de Incendios**

- 12.1. El fuego.
- 12.2. Clases de fuego.
- 12.3. Medidas básicas de prevención de incendios.
- 12.4. Sistemas de extinción de incendios.

## **13. Primeros Auxiliares**

- 13.1. Conducta PAS.
- 13.2. Reanimación cardiopulmonar (RCP).
- 13.3. Actuación según el tipo de situación.

## **14. Seguridad Vial**

- 14.1. Seguridad vial para conductores.
  - 14.2. Seguridad vial para peatones.
-